



## Journée montérégienne de l'activité physique, du sport et des saines habitudes de vie : s'outiller de façon innovante!

**Saint-Hyacinthe, le 2 mai 2024** – Le 25 janvier dernier, à l'occasion de la treizième Journée montérégienne, Loisir et Sport Montérégie a rassemblé près de 70 partenaires. Lors de cet évènement, qui se déroulait au Centre Multisport André Chagnon sous le thème : **DES OUTILS INCONTOURNABLES POUR FACILITER VOTRE QUOTIDIEN**, Loisir et Sport Montérégie a invité tous les acteurs des milieux municipaux, scolaires et associatifs à se rassembler lors de la Journée montérégienne de l'activité physique, du sport et des saines habitudes de vie.

Les objectifs étaient de profiter de la journée pour réseauter et rencontrer les conférenciers vedettes qui ont livré **DES OUTILS INNOVANTS ET INCONTOURNABLES POUR FACILITER LE QUOTIDIEN**. Des conférences et ateliers ont été offerts dans chacun des trois axes de cette journée pour répondre aux besoins de tous.

### Des invités passionnants et complémentaires

En conférence d'ouverture, M. **Carol Allain**, M. Sc., M. Éd., auteur, conférencier et formateur à l'international avec sa conférence **Génération Z (1995-2010) : ses enjeux, ses attentes, ses motivations** qui a su captiver son audience avec une perspective contemporaine et pertinente.

Tout au long de cet évènement, les participants ont pu assister à des conférences offertes par des professionnels compétents et portant sur des sujets variés tels que :

- **Le protocole d'innovation** avec M. **Jean David**, conférencier, révélateur d'opportunités, entrepreneur d'idées, expert-conseil en marketing et créativité.

- **Image corporelle et grossophobie** avec **Andrée-Ann Dufour Bouchard**, Dt. P., M. Sc, cheffe de projets chez Équilibre et **Hendrik Pineda**, M. Sc., chargé de dossiers au Collectif Vital
- **L'offre de loisir en pratique libre, un service de base?** avec **André Thibault**, professeur émérite en loisir, culture et tourisme, chercheur et conférencier international, est détenteur d'un Ph. D. en administration scolaire.
- **Impact du jeu libre sur la santé globale des jeunes** avec **Géna Casu**, M. Sc, chargée de dossiers en activité physique chez Collectif Vital
- **Transformation des médias sociaux** : L'impact sur les organismes publics et leurs équipes avec **Francis Jette**, formateur agréé et stratège en création de contenu et médias sociaux

Les participants ont même eu le droit à une **visite du Centre multisports André-Chagnon** avec **Gilles Besner**, directeur général sur leur du midi.

Loisir et Sport Montérégie tient à souligner la collaboration de ses partenaires, le gouvernement du Québec, la Ville de Vaudreuil-Dorion, le RSEQ et le Centre Multisport André Chagnon, qui ont appuyé à différents niveaux la réalisation de cet évènement.

Rappelons que LSM offre une variété de programmes et de formations, dont Fillactive, le Camp des profs, ex3 visant l'initiation au plein air des jeunes dans un contexte scolaire ainsi qu'invent'air, un programme de prêt d'équipement de plein air gratuit pour tous. La prochaine journée montérégienne sera sous le thème du plein air le 22 octobre 2024.

➤ [Photos de la journée](#)

- 30 -

#### Source et information

Antoine Lépine-Perreault  
 Conseiller en loisir  
 Loisir et Sport Montérégie  
[alperreault@loisir.qc.ca](mailto:alperreault@loisir.qc.ca)  
 450 773-9802

---

#### À propos de Loisir et Sport Montérégie :

Loisir et Sport Montérégie a comme mission de contribuer au développement et à l'accessibilité au loisir public en Montérégie, par l'accompagnement aux organismes, aux institutions scolaires et aux municipalités. LSM réalise des mandats régionaux précis, établit des partenariats et des alliances stratégiques et fait également la promotion des saines habitudes de vie.